



Universidad
Zaragoza

Trabajo Fin de Grado

Plan de mejora de la calidad de vida del paciente
ingresado en oncopediatria a través del payaso de
hospital y la risa.

Plan to improve the quality of life of patients admitted to
Oncopediatrics through the hospital clown and laughter

Cristina Elorza González

Miguel Ariño Lapuente

Facultad de Ciencias de la Salud. Zaragoza
2016

RESUMEN

La risa es una terapia conocida desde la antigüedad por sus benéficos aportes en el tratamiento de la ansiedad y el estrés.

La implantación de la risoterapia como cuidado enfermero en pacientes oncopediátricos ayudaría a reducir las actitudes y efectos de rechazo en la estancia hospitalaria. La enseñanza y el entrenamiento de estudiantes y profesionales de enfermería en esta técnica servirá para completar el tratamiento holístico del paciente, mejorando su calidad de vida y haciendo más amable el proceso de hospitalización.

Metodología

Diseño de proyecto basado en el ciclo de Deming. El ámbito de estudio fue el Hospital Materno-Infantil, perteneciente al Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza, y la Facultad de Ciencias de la Salud(Enfermería) de la Universidad de Zaragoza para formar un taller de risoterapia y poder aplicar en oncopediatria de dicho hospital. Los sujetos de estudio fueron los niños hospitalizados en este ámbito de entre 1 a 14 años.

Conclusiones

La implantación de este plan de mejora es un instrumento importante para facilitar la mejora de la calidad de vida del paciente oncopediátrico.

Se brindarán una serie de herramientas para que los estudiantes y profesionales de enfermería puedan aplicarlas, siendo capaces de brindar un cuidado más holístico.

Estas herramientas se enseñaran en el taller de risoterapia, para que los estudiantes y profesionales de enfermería puedan conocer las ventajas de ésta técnica y así transmitirlo de la mejor manera a través del cuidado.

ABSTRACT

Laughter is a therapy that since ancient times has been know for its beneficial contributions to anxiety and stress treatment.

The implementation of laughter therapy as a nursing care in oncopaediatric patients helps to reduce the effect and attitude of rejection during hospital stay. Teaching and training students and nurses in this technique will complement the holistic treatment of patients , improving their quality of life and making hospitalization process more friendly.

Palabras Clave: Risa, Calidad de vida, Risoterapia, Payasos de Hospital, Estudiantes de enfermería, Enfermería, Cuidado del niño, Oncología, Guía de risoterapia.

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	2
2. INTRODUCCIÓN.....	5
3. OBJETIVOS.....	8
4. METODOLOGÍA.....	9
4.1 Diagrama de GANTT.....	9
4.2 Búsqueda bibliográfica.....	10
4.3 Diseño del estudio.....	12
5. DESARROLLO.....	14
5.1 PLANIFICAR.....	14
5.2 HACER.....	17
5.3 COMPROBAR.....	19
6. CONCLUSIÓN.....	29
7. BIBLIOGRAFÍA.....	30
8. ANEXOS.....	34
8.1 ANEXO I.....	35
8.2 ANEXO II.....	37
8.3 ANEXO III.....	49
8.4 ANEXO IV.....	54
8.5 ANEXO V.....	56

ÍNDICE DE GRÁFICOS.

1. GRÁFICO 1. Partes del ciclo de Deming.....	13
2. GRÁFICO 2. Ciclo de Deming.....	13
3. GRÁFICO 3. Ciclo de Deming aplicado a la risoterapia.....	15
4. GRÁFICO 4. Pirámides de crecimiento de capacitación.....	17
5. GRÁFICO 5. Capacitación del enfermero. Aplicación en cartera de servicios.....	20

2. INTRODUCCIÓN

"Los payasos de hospital son los encargados de rescatar ese niño feliz y sano que encierra cada niño hospitalizado."

Podemos encontrar muchas definiciones de risa. Una primera aproximación sería saber que la risa etimológicamente proviene del latín "risus"⁽¹⁾. El Diccionario de Lengua Española (Real Academia de la lengua), que la define como: "los movimientos de la boca y otras partes del rostro, que demuestra alegría, la voz o sonido que acompaña a la risa, y lo que mueve a reír."⁽²⁾

El médico español Ramón Mora Ripoll la define como "una constelación de emociones."⁽³⁾

Sin embargo, la risoterapia no cobrará gran importancia hasta los años setenta, gracias a la figura del Dr. Hunter Adams, más conocido como Patch Adams. Él fue el encargado de incorporar ésta técnica como una terapia alternativa a los fármacos y tratamientos.⁽⁴⁻⁷⁾

Generalmente la risa se relaciona con el humor. Ambos son dos términos que pueden estar muy ligados el uno con el otro, pero sin embargo no son lo mismo. La risa es una actividad fisiológica mientras que el humor es un constructo, es el estímulo que provoca la respuesta del organismo mediante la risa, en diferentes formas. Pero esto no quiere decir que siempre deban ir unidos, puede haber risa sin humor y humor sin risa. Esta puede originarse sin humor dando lugar a la risa ensayada.^(3,8)

La risoterapia es definida por el doctor Mora Ripoll, como:

"el conjunto de técnicas e intervenciones terapéuticas mente-cuerpo (aplicables a una persona o a un grupo) que conducen a un estado/sentimiento controlado de desinhibición para conseguir experimentar risa que se traduzca en los beneficios de salud."⁽³⁾

La risoterapia puede ser utilizada en el ámbito clínico, ya que pretende aumentar el estado de bienestar de la persona, provocando una liberación o catarsis de nuestras tensiones emocionales a través de la risa. Mediante el uso de ejercicios que nos llevan a esa situación de desinhibición controlada para conseguir sentir la risa y los beneficios que conlleva. Uno de las grandes ventajas, es la inducción de la producción de catecolamina, hormona comúnmente llamada "de la excitación", que estimula la producción de endorfinas.⁽⁹⁻¹¹⁾

Las endorfinas son neurotransmisores opioides, que se denominan coloquialmente como "los sedantes del cerebro", porque son similares a la morfina. Desempeñan un rol fundamental en el organismo, intervienen en el equilibrio del tono vital y la depresión, influyendo en el estado de ánimo de la persona, creando una sensación de bienestar y satisfacción generalizada. Pero no solo se encargan de esto, si no que reducen el nivel de estrés del organismo, permitiéndonos estar mas alerta y despiertos. Son los calmantes naturales que

genera este, permitiéndonos aumentar la tolerancia al dolor, si expusiéramos a la risa al paciente. Tabla 1.⁽¹²⁻¹⁴⁾

Si lo aplicáramos junto a la medicina actual podríamos obtener resultados positivos en el paciente aliviando su estrés y su dolor. Como señala Mora Ripoll:

"El cuerpo y la mente ríen, y disfrutan e irradian salud, satisfacción y poder. Y el entorno se beneficia con dicho bienestar."^(3,5,6)

Ese sentimiento de estrés se desarrolla y aumenta con gran facilidad ante la situación del ingreso hospitalario. El paciente debe afrontar situaciones que le pueden generar ansiedad, ira, miedo a la muerte... y en el caso de los niños, afrontar este tipo de situaciones, su enfermedad, el tratamiento, la separación de sus padres, amigos.. puede generarles una serie de conductas como la rebeldía, el resentimiento, la depresión... disminuyendo la calidad de vida tanto suya como la de sus padres, afectando de manera negativa a todo su mundo.^(5,8,15,16,)

Actualmente la tecnología en el ámbito sanitario ha avanzado notablemente, pero hemos dejado de lado el ámbito emocional y afectivo, provocando una gran carencia. Basándonos en trabajos de evidencia científica como el de Vagnoli y Koller, entre otros, concluimos la influencia de la risoterapia y los payasos en niños hospitalizados.^(6,8,15,16,19-22)

La enfermería es la profesión basada en el cuidado del paciente, se encarga de ese ámbito emocional y afectivo, aparte de las técnicas. Así lo recoge el Código Deontológico de Enfermería Española en varios artículos, pero tratándose de niños, es de destacar el artículo 41⁽²³⁾

" la enfermera/o deberá contribuir, mediante su trabajo, y en la medida de su capacidad, a que todos los niños tengan adecuada alimentación, vivencia, educación y reciban los necesarios cuidados preventivos y curativos de salud"

Sin embargo, se ha ido alejando de la pauta que busca la influencia de la naturaleza en el paciente, lo que para Florence Nightingale eran esencial.^(24-26,28)

Debido a la rutina, el tiempo limitado, y el estrés nos podemos alejar del paciente, y podemos olvidar ese aspecto emocional. Podemos recuperarlo mediante la inclusión de técnicas como la terapia de la risa, provocando alegría y bienestar gracias a los beneficios que produce en el organismo, haciendo al paciente olvidar por unos minutos su situación. Por ello no hay que tener miedo a experimentar e innovar, dando más importancia a este tipo de actividades.^(24-26,29-30)

Para facilitar esta situación no solo la enfermería es necesaria, sino que entra en juego un nuevo personaje, que durante los últimos años ha ido incrementando su aparición en el hospital, El Payaso de Hospital. La terapia de la risa empieza a ser propagada en el ámbito hospitalario en la década de los años sesenta por el médico estadounidense, Patch Adams; El cual, se dirigía así al personal sanitario:

" No creo que el agotamiento sea inherente a la práctica médica. De hecho, mi experiencia me dice todo lo contrario. La práctica de la medicina constituye un desafío impresionante: un intercambio de amor tan esencial que es imposible contener la emoción[...]. Si queremos afrontar el coste del cuidado y el agotamiento, creo que será necesario centrar la atención en el bienestar y establecer un relación de franca camaradería entre doctor y paciente". ⁽¹²⁾

El payaso enlaza con algunas actividades alegres y habituales del ser humano: la risa, la imitación, la parodia. También entronca con la etapa de nuestra vida más satisfactoria y apasionante, la infancia. Esta se caracteriza por la búsqueda incansable de descubrir todo, aprender, por la ternura, la inocencia.. etc. ^(11,33,32)

Lo que caracteriza al clown, es su nariz roja, la máscara más pequeña del mundo. Y lo hace que lo hace tan especial es la capacidad de trasportarnos a esas situaciones, a la búsqueda de nuevas realidades inexistentes, que algún día soñamos. Ese trampolín que construyen hacia al juego es lo que les ayuda a conectar con los niños, pero sobre todo con los niños enfermos. Ese deseo de curiosear, jugar, inventar y experimentar con objetos como un fonendoscopio convertido en el altavoz de la música del corazón, les ayuda a tender lazos entre uno y otro, y dejando que surja efecto la magia del clown: la risa ^(8,28,34)

La percepción que tiene el niño hospitalizado de su enfermedad, el tratamiento y centro hospitalario, crean una situación de estrés que se disminuye en el momento que una nariz roja se asoma por la puerta. ^(16,20,27,32,35)

Con este trabajo se pretende incorporar la aplicación de la risoterapia como un cuidado enfermero y que el payaso pase a tener la importancia que estos estudios verifican, en el aumento de la calidad de vida del enfermo pediátrico. Para Gerard Jugnot:

" la risa es el limpiaparabrisas de un coche, nos permite avanzar aunque no detenga la lluvia." ⁽³²⁾

3. OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL:

-Mejorar la calidad de vida del paciente ingresado en oncopediatria, a través de la risoterapia mediante el cuidado enfermero y el payaso de hospital.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

-Diseñar una guía de realización de talleres de risoterapia para los estudiantes de 4º de enfermería y profesional de enfermería y así puedan llevar a cabo este tipo de cuidados con el paciente oncopediátrico en caso de ausencia del payaso de hospital.

-Elaborar y distribuir un folleto informativo de los payasos en la hospital.

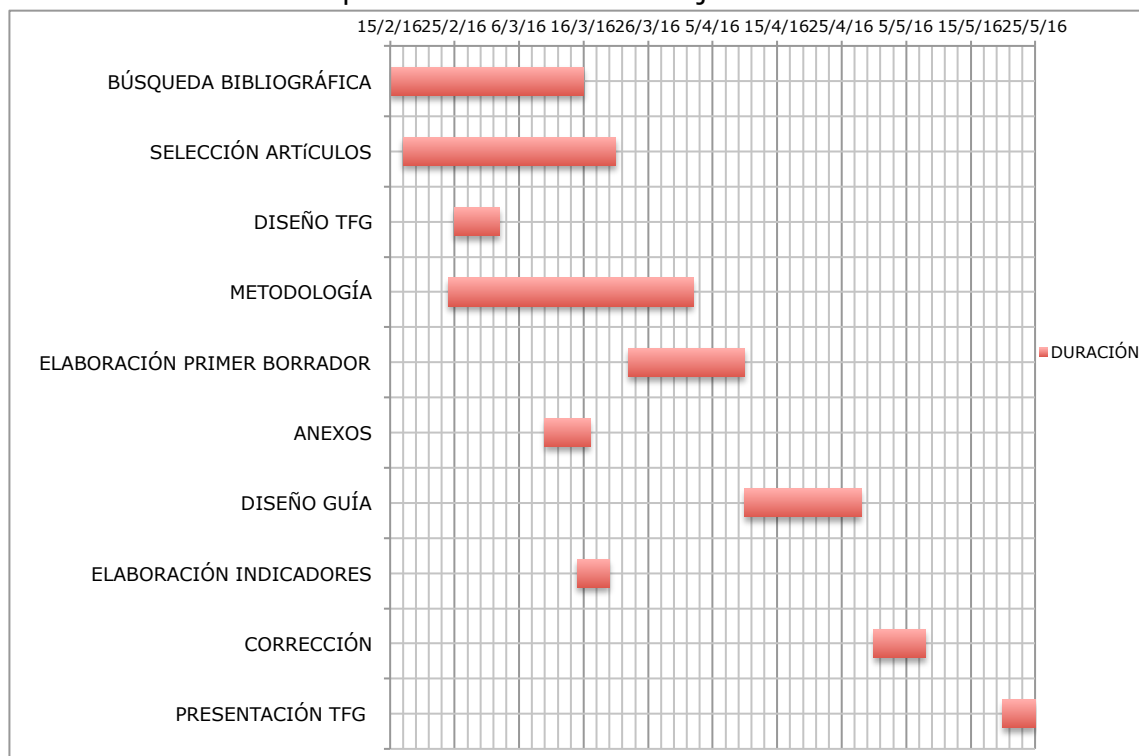
-Evaluar el grado de satisfacción los estudiantes de 4º de enfermería y profesional de enfermería tras los talleres de risoterapia.

-Evaluar el grado de satisfacción del paciente oncopediátrico/familia tras la visita de los payasos de hospital.

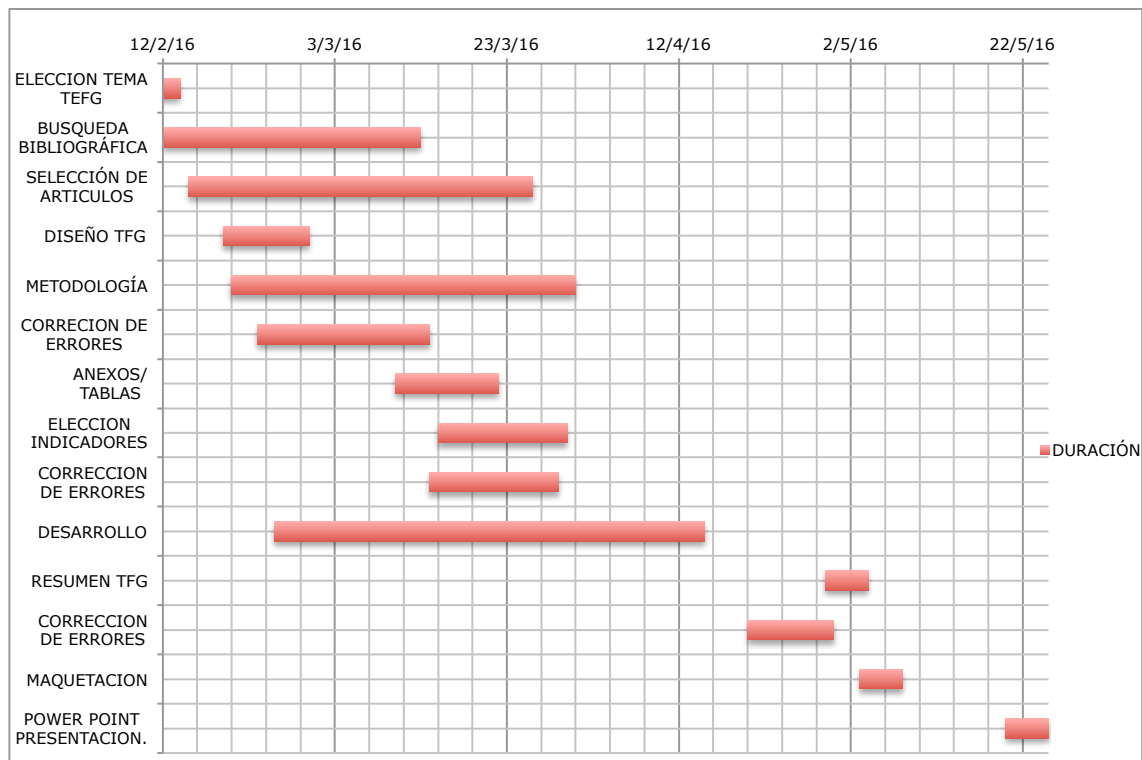
3. METODOLOGÍA

3.1. DIAGRAMA DE GANTT

Planificación previa al inicio del trabajo.



Planificación final del TFG.



3.2 BÚSQUEDA BIBLIOGRÁFICA.

3.2.1 Bases de datos.

Bases de datos	Limitaciones	Palabras clave	Artículos encontrados	Artículos leídos	Bibliografía
Cuiden	Artículos de texto incompleto	Niño AND risoterapia. Enfermería AND (Terapias complementarias OR risoterapia). Enfermería AND niño(Terapias complementarias OR risoterapia). Payaso and niño. "Enfermería pediátrica" AND risa.	3 69 4 7 3	0 4 1 2 1	3,8,17,22,27,28,29
Dialnet	Artículos de texto completo	Patch Adams. Sonrisas AND Payaso terapéutico. Risa AND enfermería	1 1 21	1 1 1	15,26
Pubmed	Artículos de texto completo Artículos de pago	Laughter therapy AND pain. Clowning. Laughter Children hospital AND anxiety AND clown.	27 42 8 11	1 3 1 3	6,7,16,18,19,24,25,32
LILACS	Artículos de texto completo	Risa terapia AND salud. Niños AND cáncer AND beneficio. Atención enfermería AND creatividad AND hospitalización. Niños and payasos and niño hospitalizado.	7 38 2 4	5 5 1 1 1	4,5,20,21,27,33,35

3.2.3 Páginas web.

Página web	Enlace	Bibliografía
Facultad de Ciencias de la Salud- Universidad de Zaragoza	http://www.unizar.es/	37
Hospital Materno Infantil.	http://sectorzaragozados.salud.aragon.es/servicios-clinicos/listado-servicios-clinicos/hospital-materno-infantil/	38,39
Código Deontológico de la enfermería española	http://www.consejogeneralenfermeria.org/index.php/component/jdownloads/send/8-normativa-colegial/86-codigocge	23

3.2.4 Otras.

Consulta	Título	Bibliografía
Biblioteca Unizar	Risa-Uso terapéutico	9,10,11,12,13,14
Diccionario de la Real Academia de La Lengua	Risa	2
Breve Diccionario Etimológico de la Lengua Castellana	Reír	1

3.3 DISEÑO DEL ESTUDIO.

La metodología y el diseño de este proyecto se basa en el ciclo de Deming. Se utiliza este ciclo ya que permite solucionar problemas, analizando y estudiando el proceso que queremos mejorar; pensando detenidamente que queremos mejorar y como lo vamos a hacer y que esperamos de ello. Una vez implantado el cambio, observamos los resultados y dificultades que conseguimos, verificamos todo lo que hemos hecho. Se evalúan los indicadores y los efectos producidos. Y de las dificultades que obtengamos, poder eliminarlas o disminuirlas lo máximo posible, alcanzando así todos los objetivos propuestos. Al ser un ciclo, no hay fin, tiene una capacidad infinita de mejora. Por ello una vez instaurado el primer plan, priorizaremos las nuevas áreas de mejora y volveremos al principio.⁽³⁶⁾

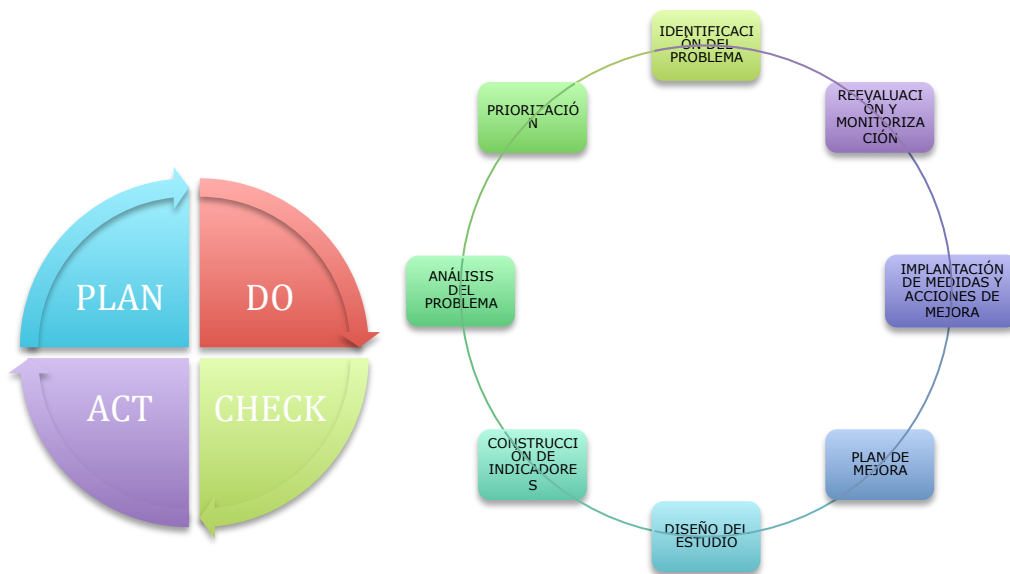


Gráfico1. Partes de C.Deming.

Gráfico 2. Ciclo de Deming.

Ámbito/unidades de estudio

Ámbito: El Hospital Materno-Infantil, perteneciente al Hospital Universitario Miguel Servet.

Sujetos: Los estudiantes de 4º de enfermería y profesionales de enfermería que quieran sumarse, con el fin de introducir la risoterapia en los cuidados que puedan dar al paciente oncopediátrico, humanizando y mejorando la calidad de vida de los pequeños.

Para realizar el plan de mejora actuaremos en niños de 1 a 14 años, en la comunidad autónoma de Aragón, mas concretamente en Zaragoza.

Materiales:

El coste económico debe diferenciar los costes privados que no serán imputados ya que el personal que colabora pertenece a la Facultad de Ciencias de la Salud y al Hospital Materno-infantil y los costes externos de este plan son una contraprestación económica es de 25 euros/h/persona de cada profesional que imparta la clase junto con el importe de la impresión de los documentos necesarios que será de 500 euros, el material de globoflexia necesario que será de 200 euros y las narices rojas necesarias que será de 150 euros.

Declaración de intereses

El autor declara no tener ningún conflicto de intereses en la elaboración de este proyecto. Ser miembro de Clowntagiosos, asociación de Payasos de Hospital que colabora con el Hospital Materno-Infantil.

4. DESARROLLO

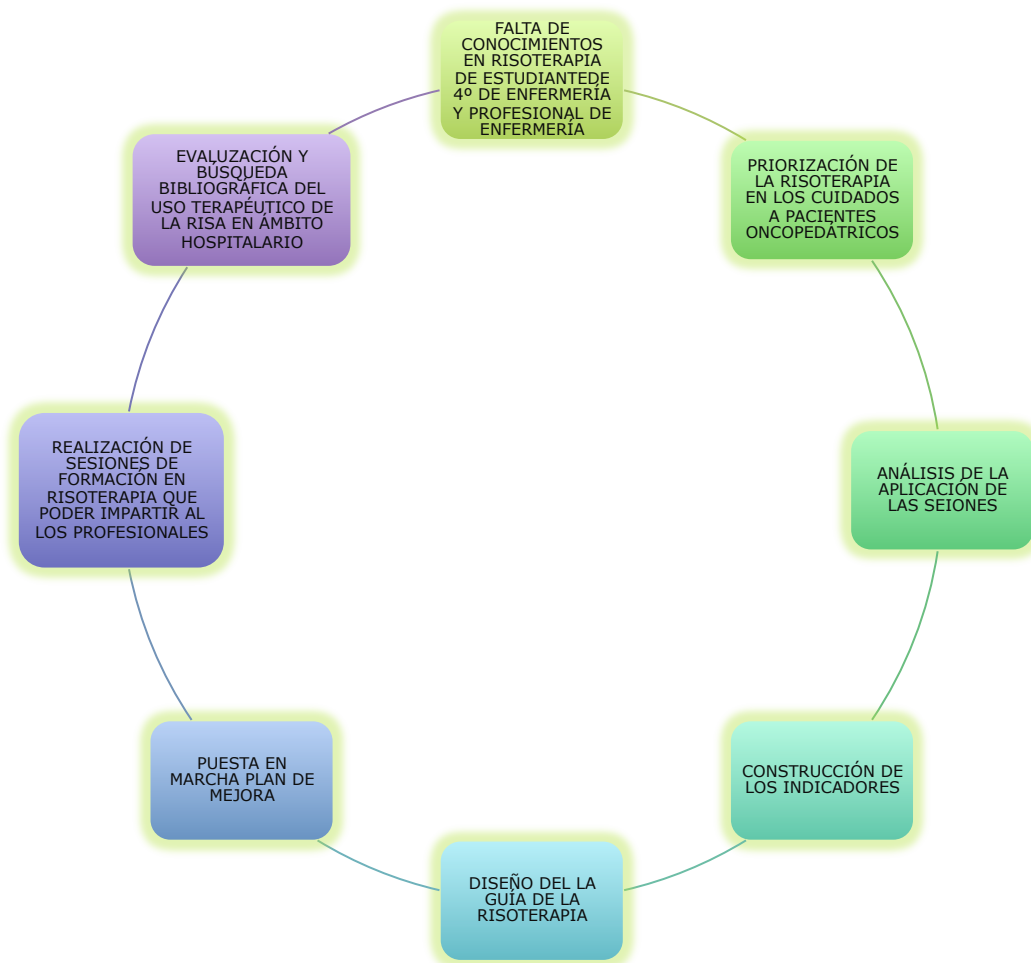


Gráfico 3. Ciclo de Deming de aplicación de la risoterapia.

4.1. PLANIFICAR

Identificación del problema.

4.1.1. ¿Cuál es el problema?

Falta de terapias alternativas/ausencia del uso de terapias como la risoterapia por parte del personal de enfermería, que ayuden a reducir el estrés, el dolor, y la ansiedad que sufre el paciente oncopediátrico al enfrentarse a un periodo de hospitalización, su propia enfermedad y el tratamiento.

4.1.2.¿Cuáles son los beneficios que se esperan conseguir con este proyecto?.

- a. Para el paciente oncopediátrico
 - Proporcionar una serie de terapias alternativas como la risoterapia, a través del Payaso de Hospital.
 - Disminuir el nivel de estrés, dolor y ansiedad al que se enfrenta en el ámbito hospitalario sin hacer uso de terapias invasivas o fármacos.
 - Aumentar su nivel de calidad de vida.
 - Proporción de cuidados más humanizados.
 - Facilitar su estancia hospitalaria.
- b. Para los estudiantes de 4º de enfermería
 - Fomentar el uso de cuidados humanizados, haciendo uso de la risoterapia.
 - Proporcionar la información necesaria para poder integrarse en la asociación de payaso de hospital.
 - Completar la formación pregrado.
- c. Para el personal de enfermería
 - Proporcionar los conocimientos necesarios para poder instruirse en el área de las terapias alternativas, más concretamente en la risoterapia.
 - Proporcionar la información necesaria para poder integrarse en la asociación de payaso de hospital.
 - Fomentar la humanización de cuidados en el paciente oncopediátrico.
 - Completar la formación post-grado.
- d. Para el Centro Hospitalario
 - Aumentar la calidad de acogida del paciente oncopediátrico y de su familia.
 - Prestigiar el servicio de oncopediatria.
 - Ser pionero y ofertar una serie de terapias alternativas como la risoterapia y los payasos de hospital, aumentando su prestigio.

4.1.3.¿Qué vamos a hacer?

El objetivo de este trabajo es mejorar la calidad de vida durante la estancia hospitalaria del paciente oncopediátrico mediante la realización de técnicas alternativas como la risoterapia. Aplicaremos la risoterapia debido a los beneficios que tienen sobre el organismo, descritos en la tabla 1 que encontramos en anexos.

4.1.4.¿Por qué lo vamos a hacer?

Para dar acogida y apoyo al paciente oncopediátrico y su familia, para así poder afrontar mejor la estancia hospitalaria, la enfermedad y el tratamiento. Para ayudar al personal de enfermería a mejorar la calidad y humanización de sus

cuidados, ayudando a disminuir el nivel de estrés y ansiedad que tienen los niños mediante los beneficios que aporta la risa al organismo, sin necesidad de usar fármacos.

4.1.5.¿Qué queremos lograr?.

La implantación de la risoterapia, y dar a conocer la labor altruista de los payasos de hospital, los estudiantes de 4º de enfermería y del personal de enfermería, con el fin de mejorar los niveles de estrés que sufre el paciente pediátrico y su familia. Ayudar a afrontar con actitudes positivas la enfermedad, el tratamiento y la estancia hospitalaria. Todo ello a través de la risa, le servirá al paciente para lidiar de una forma menos complicada con procedimientos invasivos de la propia enfermedad y tratamiento.

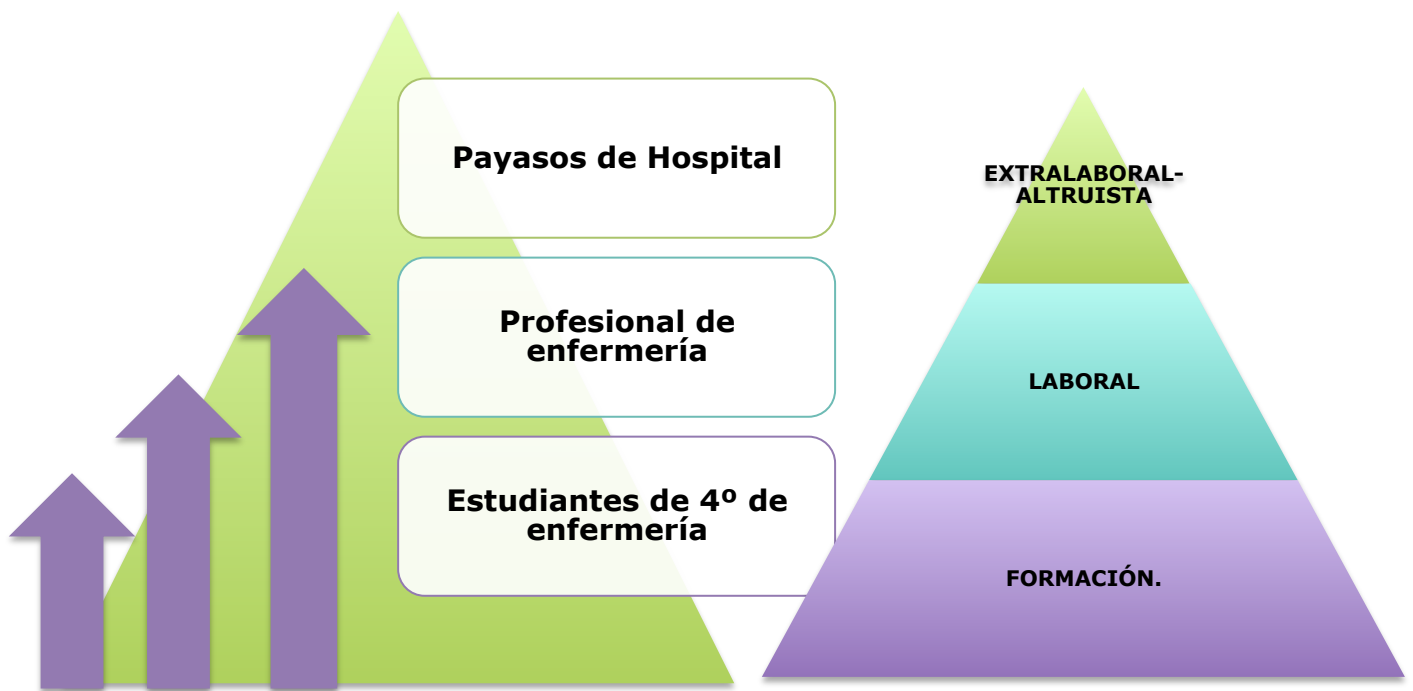


Gráfico 4.Pirámides de crecimiento de formación.

4.2.HACER

El plan facilita la incorporación de risoterapia como terapia alternativa en el cuidado de enfermería, favoreciendo el aumento y bienestar de la calidad de vida de los pacientes oncopediátricos.

En la elaboración del plan se debe asegurar la participación de los estudiantes de 4º de enfermería, con el fin de completar su formación pregrado. Con ello, podrán aplicar la risoterapia a los cuidados que realicen como futuros profesionales.

También todo el personal de enfermería para poder llevar a cabo los diversas sesiones que ayudaran a la implantación de la risoterapia como cuidado enfermero.

Con ello se pretende capacitar a los estudiantes y profesional de enfermería. Y a su vez, la implantación en la cartera de servicios. Todo ello con el objetivo de no solo formar gente que pueda utilizar el recurso sino de implantar ese cuidado y que el servicio de salud pueda ofrecerlo como un servicio más.

Constará de la siguientes partes:

4.2.1 ACTO DE ACOGIDA

El acto de acogida dirigido a los estudiantes de 4º de enfermería se realizará en una de las aulas que habilite la facultad de ciencias de la salud. Intervendrán el Decano de la Facultad, y los profesores encargados de llevar el taller de risoterapia: el payaso de hospital y el profesor encargado de las clases de teatro y mimo.

En el caso de los profesionales de enfermería se realizará en una de las salas de docencia que aporte el hospital. En este acto, intervendrán la dirección de enfermería para presentar al personal que llevará acabo este taller. Se presentaran el payaso de hospital, el profesor encargado de dar las clases de teatro y mimo para poder construir el personaje/clown y el experto en risoterapia que se encargará de transmitir los fundamentos principales de la risa.

En esta primera sesión se expondrán las diferentes actividades que se realizaran en las sesiones.

¿QUIÉN?	¿A QUIÉN VA DIRIGIDO ?	¿QUÉ?	TÉCNICA	MATERIAL A ENTREGAR	TIEMPO
Payaso de hospital experimentado. Profesor de teatro y mimo.	Personal de enfermería Estudiantes de 4 de enfermería	1. Explicar objetivos que pretende conseguir con estas sesiones. 2. El porque de la implantación de la risoterapia como cuidado enfermero 3. Evaluación de las sesiones tras la finalización. 4. Resolver dudas. 5. Presentación de los profesionales que llevaran acabo las sesiones.	Exposición oral del taller del risoterapia.	Narices rojas	40 minutos.

2.2 GUÍA DE ACOGIDA.

En este documento (ANEXO II) se recogerá la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza, los conocimientos y objetivos debe obtener el estudiante de 4º de enfermería para favorecer su formación pregrado. También las medidas que deben seguir cuando lleven a cabo el papel de Payaso de hospital o el taller de risoterapia.⁽³⁷⁾

A su vez se recoge toda la información que el centro hospitalario, en este caso el Hospital Materno-Infantil considerará que debe obtener el personal enfermero para favorecer el funcionamiento del curso y sus objetivos. También las medidas que deben seguir cuando lleven a cabo el papel de Payaso de hospital o el taller de risoterapia.⁽³⁸⁻³⁹⁾

Los profesionales encargados de realizar las sesiones serán los responsables de repartir la guía de risoterapia.

4.2.2 EVALUACIÓN DE LOS TALLERES DE RISOTERAPIA.

Es necesaria la evaluación de la satisfacción de los estudiantes de 4º de enfermería y el personal enfermero respecto al taller que reciben.

Para poder obtener dichos datos se diseña un cuestionario autoadministrado y anónimo que agrupa la información impartida para valorar su grado de satisfacción del taller de risoterapia. Dicho programa se compondrá de una Escala de Likert,⁽⁴⁰⁾ que estará formado por preguntas dicotómicas cuantitativas. Y para terminar cuatro preguntas de respuesta abierta.

Una vez completado el plan de acogida que contenga el formato de guía se enviara a la coordinación de enfermería del Hospital Materno-Infantil y al Decano de la Facultad de Ciencias de la salud, para su aprobación.

Aprobado se ofertará al personal de enfermería a través de la dirección de enfermería del centro y a los estudiantes de enfermería de la Facultad de Ciencias de la Salud a través de los docentes del centro.

Tras ser aprobado y revisado, se compondrá el documento definitivo para repartirlo entre los profesionales que llevaran a cabo el taller, y ellos a su vez entregarán a los asistentes en las sesiones.

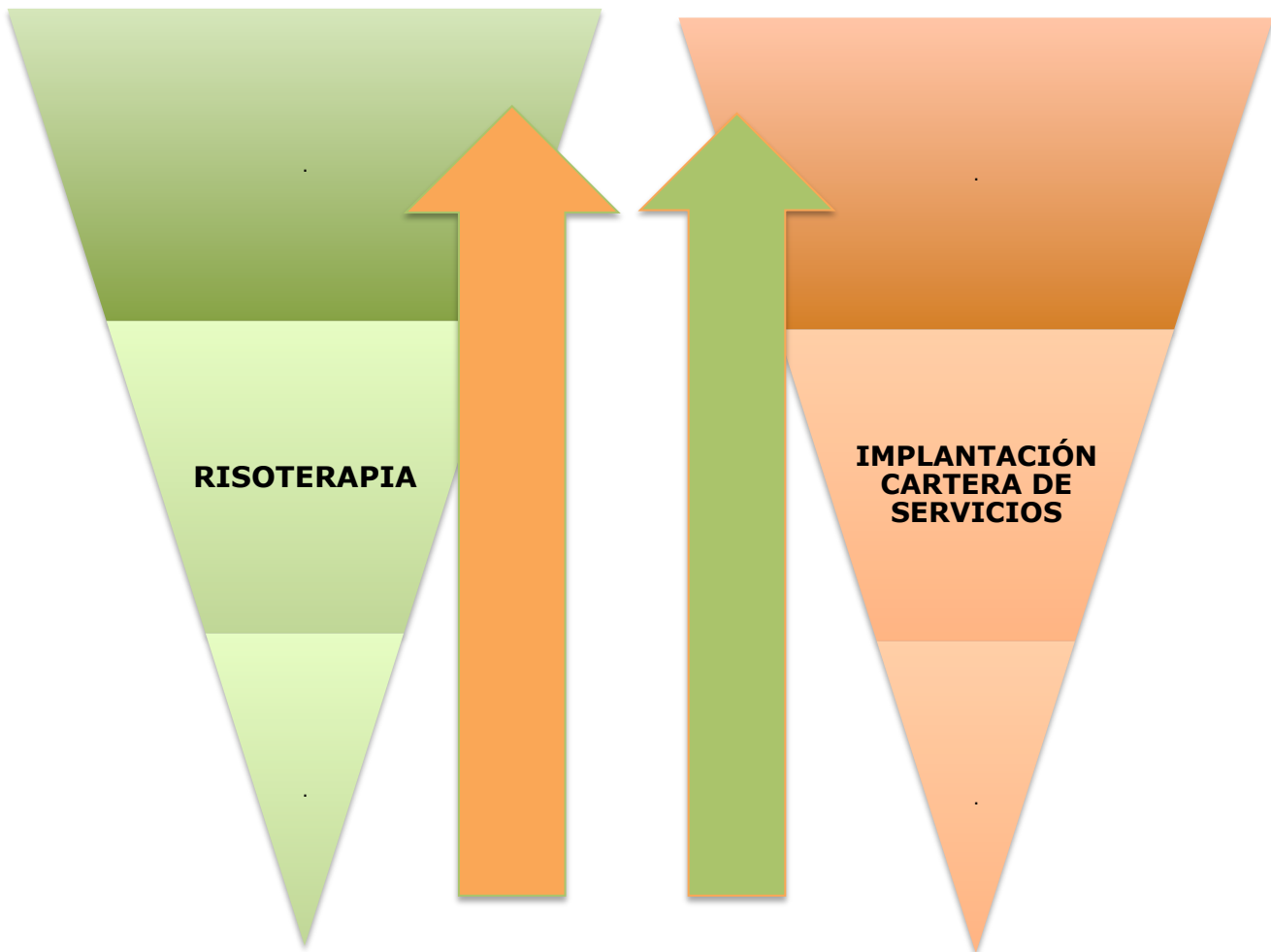


Gráfico 5. Capacitación del enfermero. Aplicación servicio en cartera de servicios

4.3.COMPROBAR

Para la oportuna implantación del plan utilizaremos un sistema de control permanente de la calidad que consistirá en recoger y analizar, de forma continuada, una serie de indicadores para poder determinar situaciones susceptibles de mejora.

El empleo de indicadores nos proporcionará objetivar aspectos relevantes de la puesta en marcha.

En este caso aplicaremos tres tipos de indicadores. Los indicadores son medidas cuantitativas para medir la efectividad de la implantación de la guía. Nuestros indicadores serán:

4.3.1.INDICADORES DE ESTRUCTURA

1.Hospital Materno-Infantil de Zaragoza para la realización de los talleres de risoterapia

DIMENSIÓN: SEGURIDAD	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de salas de docencia disponibles para la realización de los talleres en El Hospital Materno-Infantil de Zaragoza.
	DENOMINADOR: Número total de salas de docencia que posee El Hospital Materno-Infantil de Zaragoza.
	PERIODO DE TIEMPO: Cada sesión de risoterapia.
ACLARACIÓN DE TÉRMINOS Implicará los siguientes aspectos: <ol style="list-style-type: none"> 1. Realización del Acto de Acogida el día de la primera sesión para la explicación de la risa e incorporación a las sesiones. 2. Entrega por parte del profesor responsable del taller, de la guía de la risoterapia en la primera sesión. 3. Evaluación de las sesiones e instalaciones al finalizar conjunto el taller de risoterapia. 	
JUSTIFICACIÓN Con la implementación de una guía de la risoterapia estamos contribuyendo a que el personal enfermero del Hospital Universitario Miguel Servet de Zaragoza que asista a las sesiones se sientan parte de la organización y conozcan los instrumentos con los que trabajaran y los recursos que tienen a su alcance. Con ello, también contribuiremos a completar la formación postgrado fomentando la necesidad de una formación continuada recogida en el artículo 70 del Código Deontológico de la Enfermería Española. Las sesiones se realizarán en el Hospital para facilitar la asistencia de los mismos trabajadores.	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable del taller de risoterapia.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras finalizar cada ciclo de talleres.	
FUENTE Profesionales encargados de la realización del taller.	
ESTÁNDAR Se marcarán tras la primera medición.	

2.Universidad de Zaragoza para la realización de los talleres de risoterapia

DIMENSIÓN: SEGURIDAD	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de salas disponibles para la realización de los talleres en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.
	DENOMINADOR: Número total de salas que posee la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad de Zaragoza.
	PERIODO DE TIEMPO: Cada sesión de risoterapia.
ACLARACIÓN DE TÉRMINOS Implicará los siguientes aspectos: <ol style="list-style-type: none"> 1. Realización del Acto de Acogida el día de la primera sesión para la explicación de la risa e incorporación a las sesiones. 2. Entrega por parte del profesor responsable del taller, de la guía de la risa en la primera sesión. 3. Evaluación de las sesiones e instalaciones al finalizar conjunto total de sesiones. 	
JUSTIFICACIÓN Con la implementación de una guía de la risoterapia estamos contribuyendo a completar la formación holística pregrado de los estudiantes de 4º de enfermería en la risoterapia, facilitándoles nuevos instrumentos y recursos con los que podrán trabajar y ofrecer cuidados más humanizados. También darles a conocer un tipo de cuidados más holísticos, diferentes a la medicina actual, acercándoles métodos convencionales.	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable del taller de risoterapia.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras finalizar cada ciclo del taller de risoterapia.	
FUENTE Profesionales encargados de la realización de los talleres.	
ESTÁNDAR Se marcarán tras la primera medición.	

4.3.2.INDICADORES DE PROCESO**3. Número de horas dedicadas a la teatralización en el taller de risoterapia**

DIMENSIÓN: CIENTÍFICO-TÉCNICA	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de horas dedicadas a la teatralización en el taller de risoterapia.
	DENOMINADOR: Número de horas totales que componen el taller de risoterapia.
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización del conjunto total de sesiones.
JUSTIFICACIÓN <p>El teatro es una parte fundamental en la construcción de un clown y la inducción de la risa. Cuando teatralizamos, sacamos una parte de nosotros que nos ayuda a reírnos de nosotros mismo, pudiendo desinhibirnos. Pudiendo generar risa mediante la imitación, los gestos y las voces.</p> <p>La puesta en práctica de este tipo de indicador es para observar las horas que dedicadas en el taller a practicar esta habilidad. Conocer si con el conjunto total de horas de esta habilidad, es suficiente para preparar correctamente a los asistentes sobre el teatro, o por el contrario sería necesario la ampliación o disminución de sesiones dedicadas en el taller.</p> <p>El registro de esta técnica crea un gran fuente de conocimientos sobre la que poder trabajar, avanzar y mejorar en este campo.</p>	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable de las sesiones de teatro y mimo.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras la finalización del conjunto total de sesiones.	
FUENTE Profesor encargado de las sesiones de teatro y mimo.	
ESTÁNDAR Se marcarán tras la primera medición.	

4. Número de horas dedicadas a la preparación del mimo en el taller de risoterapia

DIMENSIÓN: CIENTÍFICO-TÉCNICA	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de horas dedicadas a la mimoterapia en el taller de risoterapia.
	DENOMINADOR: Número de horas totales que componen el taller de risoterapia.
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización del conjunto total de sesiones.
JUSTIFICACIÓN <p>El mimo es un capacidad difícil de desarrollar, pero que una vez conseguida, puede conmover al público. Por ello es necesario instruir a los asistentes en esta habilidad, porque mediante un gesto, o sin decir una palabra podemos provocar una carcajada estridente.</p> <p>La puesta en práctica de este tipo de indicador es para observar las horas que dedicadas a la preparación del mimo. Conocer si son necesarias las horas invertidas para desarrollar esta habilidad o por el contrario se necesitaría aumentar el numero de sesiones dedicadas.</p> <p>El registro de esta técnica crea un gran fuente de conocimientos sobre la que poder trabajar, avanzar y mejorar en este campo.</p>	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable de las sesiones de teatro y mimo.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras la finalización del conjunto total de sesiones.	
FUENTE Profesor encargado de las sesiones de teatro y mimo.	
ESTÁNDAR Se marcaran tras la primera medición.	

5. Material de globoflexia utilizado en los talleres de risoterapia

DIMENSIÓN: CIENTÍFICO-TÉCNICA	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de horas dedicadas a la globoflexia.
	DENOMINADOR: Número total de horas totales que componen el taller de risoterapia
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización del conjunto total de sesiones.
JUSTIFICACIÓN La puesta en práctica de este tipo de indicador es para observar las horas que dedicadas a la enseñanza de la globoflexia. Conocer si son necesarias las horas invertidas para desarrollar esta habilidad o por el contrario se necesitaría aumentar el numero de sesiones dedicadas.	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable del taller	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras la finalización del conjunto total de sesiones.	
FUENTE Profesor responsable del taller	
ESTÁNDAR Se marcaran tras la primera medición.	

6. Narices Rojas utilizadas en los talleres de risoterapia

DIMENSIÓN: CIENTÍFICO-TÉCNICA	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Número de horas dedicadas al uso de la nariz roja.
	DENOMINADOR: Número total de horas totales que componen el taller de risoterapia
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización del conjunto total de sesiones.
ACLARACIÓN DE TÉRMINOS Se dice que la nariz roja es la máscara más pequeña del mundo, es la máscara del clown. Le aporta ese elemento divertido, diferente y de espíritu benigno al clown. Se dice que en ella habita un ser que tiene su propia vida, y al ponértela se apodera de tu personalidad, dejando salir al clown que llevamos dentro.	
JUSTIFICACIÓN Fundamental para que los asistentes al taller puedan desarrollar el payaso que llevan dentro. La puesta en práctica de este tipo de indicador es para observar las horas dedicadas al desarrollo del clown. Conocer si son necesarias las horas invertidas para desarrollar esta habilidad o por el contrario se necesitaría aumentar el número de sesiones dedicadas.	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesor responsable del taller	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Tras la finalización del conjunto total de sesiones.	
FUENTE Profesor responsable del taller	
ESTÁNDAR Se marcaran tras la primera medición.	

4.3.3.INDICADORES DE RESULTADO**7. Grado de satisfacción de los estudiantes de enfermería de la universidad de Zaragoza asistentes a los talleres**

DIMENSIÓN: SATISFACCIÓN	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Grado de satisfacción de Número de estudiantes de 4º de enfermería de la Universidad de Zaragoza, respecto a la realización de los talleres.
	DENOMINADOR: Número total de estudiantes de 4º de enfermería asistentes provenientes la Universidad de Zaragoza.
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización de cada sesión.
ACLARACIÓN DE TÉRMINOS <p>La satisfacción queda recogida como la ratificación de la conformidad de los estudiantes de 4º de enfermería en la realización de los talleres de risoterapia respecto a los servicios y conocimientos suministrados en estos.</p> <p>Para evaluar la satisfacción de los asistentes tendremos en cuenta una serie de apartados que los estudiantes de enfermería, en este caso, tendrán que cumplimentar tras terminar el taller y tras haber hecho uso de la guía de la risa. Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos para realizar la valoración de la satisfacción :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Satisfacción del Actos de Acogida. • Satisfacción con la utilidad de la guía. • Satisfacción con los conocimientos y formación recibida en las sesiones. • Satisfacción del apoyo recibido por los profesionales que han llevado a cabo las sesiones. 	
JUSTIFICACIÓN <p>La satisfacción de los estudiantes en las sesiones de risoterapia, es un indicador de calidad clave de la calidad formativa por lo que debemos incluir en el plan de mejora, ya que se evaluará la calidad de los conocimientos y la formación recibida en los talleres.</p> <p>La mejora del grado de satisfacción de los estudiantes de 4º de enfermería durante las sesiones, contribuye a disminuir el estrés y ansiedad, para de esta manera ampliar conocimientos y afianzarlos; también contribuyendo a una formación holística pregrado y una asistencia más segura. Con ello, se contribuye a un crecimiento como futuros profesionales.</p>	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Profesionales encargados de realizar la sesión.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Al finalizar cada taller.	
FUENTE Profesionales encargados de realizar los talleres.	
ESTÁNDAR Se marcarán tras la primera medición.	

8. Grado de satisfacción del personal sanitario proveniente del Hospital Materno-Infantil Miguel Servet asistentes a los talleres

DIMENSIÓN: SATISFACCIÓN

DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Grado de Satisfacción del número de profesionales de enfermería proveniente del Hospital Materno-Infantil de Zaragoza respecto a la realización del taller.
	DENOMINADOR: Número total de personal de enfermería del Hospital Materno-Infantil de Zaragoza.
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización de cada sesión.

ACLARACIÓN DE TÉRMINOS

La satisfacción queda recogida como la ratificación de la conformidad del personal sanitario en la realización de los talleres de risoterapia respecto a los servicios y conocimientos suministrados en estos.

Para evaluar la satisfacción del personal tendremos en cuenta una serie de apartados que tanto el personal a las sesiones tendrán que cumplimentar tras terminar el taller y tras haber hecho uso de la guía de la risa. Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos para realizar la valoración de la satisfacción :

- Satisfacción del Actos de Acogida.
- Satisfacción con la utilidad de la guía.
- Satisfacción con los conocimientos y formación recibida en las sesiones.
- Satisfacción del apoyo recibido por los profesionales que han llevado a cabo las sesiones.

JUSTIFICACIÓN

La satisfacción de los enfermeros en las sesiones de risoterapia, es un indicador de calidad clave de la calidad formativa por lo que debemos incluir en el plan de mejora, ya que se evaluará la calidad de los conocimientos y la formación recibida en los talleres.

La mejora del grado de satisfacción del personal sanitario durante las sesiones, contribuye a disminuir el estrés y ansiedad, para de esta manera ampliar conocimientos y afianzarlos; también contribuyendo a una asistencia más segura y mejorando el ambiente de trabajo, aumentando los cuidados ofrecidos y con ello, contribuyendo a un crecimiento como profesionales.

RESPONSABLE DE RECOGIDA

Profesionales encargados de realizar la sesión.

FRECUENCIA DE RECOGIDA

Al finalizar cada taller.

FUENTE

Profesionales encargados de realizar los talleres.

ESTÁNDAR

Se marcarán tras la primera medición.

9. Grado de satisfacción del Paciente oncopediátrico y su familia del Hospital Materno-Infantil tras la visita de los payasos de hospital

DIMENSIÓN: SATISFACCIÓN	
DESCRIPCIÓN	NUMERADOR: Grado de satisfacción de Número total de pacientes oncopediátricos visitados por el payaso de hospital en el Hospital Materno-Infantil de Zaragoza.
	DENOMINADOR: Número total de pacientes oncopediátricos del Hospital Materno-Infantil de Zaragoza.
	PERIODO DE TIEMPO: Tras la finalización de las visitas.
ACLARACIÓN DE TÉRMINOS <p>La satisfacción queda recogida como la ratificación de la conformidad del los pacientes y sus familias tras la visita de los payasos de hospital. Estos payasos están formados en las sesiones del taller de risoterapia realizados, gracias a los servicios y conocimientos suministrados en estos.</p> <p>Para evaluar la satisfacción del personal tendremos en cuenta una serie de apartados que las familias del paciente tendrán que cumplimentar tras la visita. Se tendrán en cuenta los siguientes aspectos para realizar la valoración de la satisfacción :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Satisfacción del paciente. • Satisfacción de la familia. • Satisfacción con los juegos realizados. 	
JUSTIFICACIÓN <p>La satisfacción de los pacientes y las familias que reciben las visitas del payaso de hospital, es un indicador de calidad clave de la calidad asistencial por lo que debemos incluir en el plan de mejora, ya que se evaluará la calidad de los actividades lúdicas realizadas por los payasos.</p> <p>La mejora del grado de satisfacción del paciente y su familia durante las visitas, contribuye a disminuir el estrés y ansiedad; también contribuyendo a una asistencia más segura y mejorando el ambiente hospitalario al que están sometidos, aumentando los cuidados ofrecidos y con ello, contribuyendo a un crecimiento de la confianza en los profesionales y los procedimientos.</p>	
RESPONSABLE DE RECOGIDA Coordinación de enfermería y responsable de los payasos de hospital.	
FRECUENCIA DE RECOGIDA Al finalizar cada visita.	
FUENTE Familias de los pacientes.	
ESTÁNDAR Se marcarán tras la primera medición.	

6. CONCLUSIÓN

1. La implantación de un plan de mejora sobre risoterapia puede facilitar la mejora de la calidad de vida del paciente oncopediátrico.
2. Se brindarán una serie de técnicas sobre risoterapia para que los estudiantes de 4º de enfermería y el personal de enfermería puedan aplicarlas, ofreciendo un cuidado mas holístico.
3. Los estudiantes de 4º de enfermería y el profesional de enfermería serán capaz de transmitir los conocimientos y ventajas de la risa tras la realización del taller.
4. Los estudiantes de 4º de enfermería y el profesional enfermero serán capaces de desarrollar el papel del clown permitiéndoles integrarse en la asociación de payasos de hospital.
5. Se recogerán las encuestas de satisfacción del taller de risoterapia, permitiendo la mejora de este.
6. Se recogerán las encuestas de satisfacción tras la visita del payaso de hospital para la obtención de datos reales, contribuyendo a aumentar la investigación y fiabilidad de la risoterapia y su capacidad de influencia en los niños hospitalizados.

BIBLIOGRAFÍA.

1. Coromines i Vigneaux J. Breve diccionario etimológico de la lengua castellana. Madrid: Gredos; 1983.p:500.
2. Diccionario de la Real Academia Española. 22ª ed. Madrid: Espasa- Calpe; 2001. Intimidación; p.1276.
3. Mora R, Quintana I. Risa y terapias positivas. Rev Psiquiatr Salud Ment. 2010;3(1):27–34.
4. Espinosa BB, Gutiérrez TR. Lo esencial es invisible a los ojos: payasos que humanizan y promueven salud. Aletheia. Universidade Luterana do Brasil; 2010;(31):4–15.
5. Jaimes J, Claro A, Perea S, Jaimes E. La risa, un complemento esencial en la recuperación del paciente. Med UIS. 2011;24(1):95–100.
6. Calmet L, Regalado M, Guevara M. Influencia de la risoterapia en las características psicológicas y sociales del niño escolar. enferm Hered. 2008;01(1):19–25.
7. Alcântara PL, Wogel AZ, Rossi MIL, Neves IR, Sabates AL, Puggina AC. Efeito da interação com palhaços nos sinais vitais e na comunicação não verbal de crianças hospitalizadas. Rev Paul Pediatr. 2016.
8. García EL, García EAL, Valle JFT, Bermúdez CAR. Risa y salud: abordajes terapéuticos. MedUNAB. 2011;14(1).p:64-75.
9. Castellví EDumas O. El taller de la risa. Barcelona: Alba Editorial; 2007.
10. Holden R. La risa, la mejor medicina. Barcelona: Oniro; 1999.
11. Jara J. El clown, un navegante de las emociones. Morón (Sevilla): PROEXDRA; 2000.
12. López Benedí J. Reír, para vivir mejor. Barcelona: Ediciones Obelisco; 2004.
13. Rodríguez Martín C. Risoterapia y calidad de vida. Zaragoza: Mira; 2007.
14. Salameh W, Fry W, Alemany C. El Humor y el bienestar en las intervenciones clínicas. Bilbao: Desclée de Brouwer; 2004.
15. Viggiano MP, Giganti F, Rossi A, Di Feo D, Vagnoli L, Calcagno G, et al. Impact of psychological interventions on reducing anxiety, fear and the need for sedation in children undergoing magnetic resonance imaging. Pediatr Rep. 2015 Feb 24;7(1):5682.

- 16.Koller D, Gryski C. The life threatened child and the life enhancing clown: Towards a model of therapeutic clowning. Vol. 5, Evidence-based Complementary and Alternative Medicine. 2008. p. 17–25.
- 17.Margrid Beuter NATA. Expressões lúdicas no cuidado hospitalar sob a ótica de enfermeiras. Esc Anna Nery Rev Enferm. UFRJ; 2010 Sep;14(3):567–74.
- 18.Agostini F, Monti F, Neri E, Dellabartola S, De Pascalis L, Bozicevic L. Parental anxiety and stress before pediatric anesthesia: A pilot study on the effectiveness of preoperative clown intervention. J Health Psychol. 2014 May 1;19(5):587–601.
- 19.De Lima RAG, Azevedo EF, Nascimento LC, Rocha SMM. The art of clown theater in care for hospitalized children. Rev da Esc Enferm da USP. Revista da Escola de Enfermagem da USP; 2009 Mar;43(1):186–93.
- 20.Meiri N, Ankri A, Hamad-Saied M, Konopnicki M, Pillar G. The effect of medical clowning on reducing pain, crying, and anxiety in children aged 2-10 years old undergoing venous blood drawing-a randomized controlled study. European Journal of Pediatrics. Springer Berlin Heidelberg; 2015 Mar 16;373–379
- 21.Laura Vagnoli, Simona Caprilli, Arianna Robiglio AM. Clown Doctors as a Treatment for Preoperative Anxiety in Children: A Randomized, Prospective Study. Pediatrics. American Academy of Pediatrics; 2005 Oct;116(4):563–567.
- 22.Vagnoli L, Caprilli S, Messeri A. Parental presence, clowns or sedative premedication to treat preoperative anxiety in children: What could be the most promising option? Paediatr Anaesth. Blackwell Publishing Ltd; 2010 Sep 17;20(10):937–43.
- 23.Consejo general de enfermería. Normativa colegial. Consejo general de enfermería [acceso 2016 Mar 5]. Código deontológico de la enfermería española, Disponible: <http://www.consejogeneralenfermeria.org/index.php/component/jdownloads/send/8-normativa-colegial/86-codigocge>
- 24.Gonzalez L, Velandia-mora, Ana Luisa. Flores-Fernandez V. Humanización del cuidado de enfermería. De la formación a la práctica clínica. Rev CONAMED, Supl Enferm 2009. Comisión Nacional de Arbitraje Médico; 2009;14(1):40–3.
- 25.Ibáñez E, Baquero A. Beneficio del apoyo psicosocial a la calidad de vida de niños y niñas enfermos de cáncer: una revisión sistemática cualitativa benefit of psychosocial support to the quality of life of children with cancer: a qualitative systematic review. Rev Col Enf.2009;IV(4).

26. Millán Cuesta, Begoña; Gil Millán, Patricia. Los profesionales de enfermería ante las terapias complementarias. Nuevos enfoques del cuidado. Rev Paraninfo Digital, 2012; 16. Disponible en: <<http://www.index-f.com/para/n16/086d.php>> Consultado el 11 de Marzo del 2016.
27. Koller D, Gryski C. El niño amenazado de muerte y el payaso que promueve la vida: hacia un modelo de payasos terapéuticos (clowning). Doctor. 2008;5(1):17-25.
28. Curan LOSM, Cuerpo EL, Sanamos N, Ríos TORR. EL ALMA " El grupo de teatro infantil Pupa Clown alegra la estancia en el hospital a decenas de niños enfermos y les traslada a un mundo de ficción donde siete payasos son los protagonistas . 2003;1-3.
29. Belén A, Cervilla F, Belén Fernández-Cervilla A, Piris-Dorado AI, Cabrer-Vives ME, Barquero-González A. Estado atual do ensino de Terapias Complementares na formação superior de Enfermagem na Espanha. 2013.
30. Gomez-Torres D, Maldonado-González V, Reyes-Robles B, Carrera Alm. atuação humanizada da enfermeira diante a dor do paciente infantil queimado. Cogitare Enferm. 2014;19(2).
31. Magalhães MGM De, Alvim NAT. Complementary and integrative therapies in nursing care: an ethical focus. Esc Anna Nery - Rev Enferm. 2013;17(4):646-53.
32. Pulido B. Sonrisas que sanan: experiencias de un payaso terapéutico. Educ y Futur Digit. 2014;(9):47-53.
33. Segaspini FV. O Brincar como instrumento terapêutico no tratamento de crianças com câncer - A visão da Família. Ciência, Cuid e Saúde. 2009;6(3):78; p:335-341.
34. Ruiz Gómez MC, Rojo Pascual C, Ferrer Pascual MA, Jiménez Navascués L, Ballesteros García M. Terapias complementarias en los cuidados: Humor y risoterapia. Index de Enfermería. Fundación Index; 2005;14(48-49):37-41.
35. Barkmann C, Siem A-K, Wessolowski N, Schulte-Markwort M. Clowning as a supportive measure in paediatrics - a survey of clowns, parents and nursing staff. BMC Pediatr. 2013;13(1):166.
36. Aranaz JM, Aibar C, Vitaller J, Mira JJ. La gestión por procesos. En: Fundación Mapfre. Gestión sanitaria calidad y seguridad de los pacientes. 1ª ed. Madrid: Díaz de Santos; 2008. p. 203-208.

37. Gobierno de Aragón. Servicio Aragonés de la Salud. Hospital Materno-Infantil Miguel Servet Servicios y especialidades [Página Web en Internet]. [Citado 28 de febrero de 2016]. Disponible en: http://www.aragon.es/DepartamentosOrganismosPublicos/OOAA/ServicioAragonesSalud/AreasTematicas/SectoresSanitariosCentros/ci.07_Zaragoza_2.detalleDepartamento?channelSelected=b729dd2a38e2b210VgnVCM100000450a15acRCRD
38. Servicio aragonés de Salud. Sector Aragonés de salud II, Atención primaria, Hospital Universitario Miguel Servet. Servicios Clínicos. Hospital Materno-Infantil. [Página Web en Internet]. [Citado 27 de febrero de 2016] Disponible en: <http://sectorzaragozados.salud.aragon.es/servicios-clinicos/listado-servicios-clinicos/hospital-materno-infantil>
39. Unizar. Zaragoza. Universidad de Zaragoza. [acceso 2016 Mar 12]. Facultad de ciencias de la salud. Disponible en: <http://fcs.unizar.es/>
40. Cañadas Osinski I, Sánchez Bruno A. Categorías de respuesta en escalas tipo Likert. Phicothema. 1998;10(3):623-631.

ANEXOS

ANEXO I

BENEFICIOS DE LA RISA

<i>Fisiológicos</i>	<i>Psicológicos</i>	<i>Sociales</i>
Ejercita y relaja la musculatura: <ul style="list-style-type: none"> Se activan unos 400 músculos que solo se ejercitan con la risa La contracción del diafragma facilita la digestión y masaje los órganos internos 	Reduce el estrés y los síntomas de depresión y ansiedad. Esto es debido al elevarse el tono vital generado por la liberación de endorfina y adrenalina	Mejora las relaciones sociales
Ejercita y mejora la respiración	Estamos más receptivos y vemos las cosas desde el lado positivo. Eleva el estado de ánimo, la autoestima y la confianza	Mejora la relación sanitario-paciente
Incrementa la oxigenación tisular Mejora el funcionamiento de los vasos sanguíneos	Aumenta la memoria, pensamiento creativo y capacidad resolutive de problemas	Elimina pensamientos y expresiones negativas
Estimula el sistema inmunitario: <ul style="list-style-type: none"> Activación de la producción y aumento de las células Natural killer, atacando a células virales y cancerosas Se aumenta el número de Inmunoglobulinas A y Linfocitos T 	Mejora la calidad de vida	Favorece la relación entre el paciente y la familia
Disminuye la concentraciones de hormonas del estrés Aumenta la concentración de endorfinas, también denominadas como los "sedantes naturales del cerebro", similares a la morfina	Promueve el bienestar psicológico	Favorece la relación entre el profesional y el paciente
Eleva el umbral del dolor y tolerancia	Intensifica la hilaridad	Favorece la relación entre los pacientes
Mejora el funcionamiento mental		

ANEXO II

GUÍA DE LA RISOTERAPIA

GUÍA DE LA RISOTERAPIA



"Los payasos de hospital son los encargados de rescatar ese niño feliz y sano que encierra cada niño hospitalizado."

Elaborado por Cristina Elorza González

ÍNDICE

BIENVENIDA AL TALLER.....	40
PRESENTACIÓN.....	41
SESIONES DE RISOTERAPIA.....	42
INFORMACIÓN DE INTERÉS.....	44
CONFIDENCIALIDAD PACIENTE.....	45
DERECHOS Y DEBRES DEL PACIENTE.....	45
CLOWNTAGIOSOS:PAYASOS DE HOSPITAL.....	46
ANEXO II.I.....	47

*"La risa cura, es la obra social
más barata y efectiva del
mundo"*

Robert Husil.

1. Bienvenida al taller

El equipo de la Risa te da la bienvenida a el taller de risoterapia, esperando que esta guía te sea útil para obtener un visión global de la importancia de la risa y poder aplicarla como cuidado para el paciente.

Nuestro desafío principal : la formación de profesionales en el ámbito de la risoterapia para poder ofrecer un cuidado más humanizado y divertido a los pacientes pediátricos y su familia.

Con el afán de que los conocimientos que adquieras con nosotros sean un conjunto de prácticas que te ayuden a experimentar sensaciones y emociones que te ayuden desinhibirte, mediante el uso de la risa. Y una vez vividas, que te sirvan de enriquecimiento personal y profesional, para poder llevarlas a cabo en tu ámbito de trabajo.

Para nosotros es un placer poder ayudarte a reír y enseñarte a contagiarlo a los demás, sobre todo a los que más lo necesitan, los niños.

El equipo de la Risa.

" A veces reír es la mejor forma de contribuir a cambiar el mundo"

José Luis Cortés.

2. PRESENTACIÓN

¿Cuál es la misión de todo esto?

Te estarás preguntando el como la risa puede tener tanta influencia en el organismo. Sencillo a parte de los beneficios que pueda tener a nivel físico, psicológico y social, es la forma que tiene el ser humano de desinhibirse del entorno, de desconectar y ser feliz por unos segundos. Por ello se pretende la implantación de la risoterapia como cuidado enfermero en las plantas de pediatría, empezando por oncopediatría.

Con ello pretendemos alcanzar un visión sanitaria que sea un modelo de referencia en el que los pacientes pediátricos y sus familias confíen en el personal sanitario, encuentren un apoyo y una vía de escape, y sobre todo la satisfacción de que detrás de los tratamientos y los procedimientos, hay un equipo de personas que cuidan de ellos.

Los valores que pretendemos cubrir son:

- la orientación a los pacientes y familia.
- La equidad, solidaridad y eficiencia de los cuidados.
- Respeto al paciente y su familia.
- Excelencia profesional.
- Aprendizaje e innovación.
- La risa.

"El cuerpo y mente ríen, y disfrutan e irradian salud, satisfacción y poder"

Dr. Mora Ripoll.

3. SESIONES DE RISOTERAPIA

Antes de realizar el taller de risoterapia, debemos que entender algunos conceptos.

La risa es una actividad fisiológica, definida por el Dr. Mora Ripoll como "una constelación de emociones", que desencadena un serie de efectos en el organismo, que podemos observar en la tabla que hay a continuación.

La risa es lo que nos diferencia del resto de seres vivos, podemos comunicarnos de forma verbal o no verbal, es una forma de interactuar con el resto mediante un leve sonrisa o una carcajada estridente. Teniendo en cuenta todos estos efectos, ¿por qué no utilizarla en las personas que lo necesitan como los niños?. Para ello, hay que instruirse.

Mediante una sesión semanal de dos horas, durante dieciséis semanas que proponemos en esta guía el personal sanitario y los futuros profesionales, pueden aprender una serie de actividades y dinámicas que pueden realizar y hacer reír al paciente.

Las sesiones las realizaran

- Profesor de teatro y mimo.
- Payaso de hospital de la asociación Clowntagiosos.

En dichas sesiones se le enseñará habilidades que pueden utilizar en el hospital como globoflexia y magia. También habrá un taller de pintacaras.

Todo ello va encaminado a buscar la forma de que estos sanitarios y futuros profesionales, se desinhiban. Se les enseñara en estos talleres a desarrollar un clown, pudiendo aplicar la figura del payaso de hospital.

"La risa es un tranquilizante sin efectos secundarios"

Lisel.

<i>Fisiológicos</i>	<i>Psicológicos</i>	<i>Sociales</i>
-Ejercita y relaja la musculatura: <ul style="list-style-type: none"> Se activan unos 400 músculos que solo se ejercitan con la risa La contracción del diafragma facilita la digestión y masaje los órganos internos 	Reduce el estrés y los síntomas de depresión y ansiedad. Esto es debido al elevarse el tono vital generado por la liberación de endorfina y adrenalina	Mejora las relaciones sociales
Ejercita y mejora la respiración	Estamos más receptivos y vemos las cosas desde el lado positivo. Eleva el estado de ánimo, la autoestima y la confianza	Mejora la relación sanitario-paciente
-Incrementa la oxigenación tisular -Mejora el funcionamiento de los vasos sanguíneos	Aumenta la memoria, pensamiento creativo y capacidad resolutive de problemas	Elimina pensamientos y expresiones negativas
-Estimula el sistema inmunitario: <ul style="list-style-type: none"> Activación de la producción y aumento de las células Natural killer, atacando a células virales y cancerosas Se aumenta el número de Inmunoglobulinas A y Linfocitos T 	Mejora la calidad de vida	Favorece la relación entre el paciente y la familia
-Disminuye las concentraciones de hormonas del estrés -Aumenta la concentración de endorfinas, también denominadas como los "sedantes naturales del cerebro", similares a la morfina	Promueve el bienestar psicológico	Favorece la relación entre el profesional y el paciente
Eleva el umbral del dolor y tolerancia	Intensifica la hilaridad	Favorece la relación entre los pacientes
Mejora el funcionamiento mental		

"La risa consigue hacer disfrutar del verdadero yo. La estridente carcajada anula la cavilación."

Dr.Mora Ripoll

4. INFORMACIÓN DE INTERÉS

a. Medidas de higiene

Al visitar a los pacientes oncopediátricos, es preciso tener unas medidas de higiene fundamentales. El lavado de manos es la forma más sencilla de reducir el contagio de infecciones o microorganismos. La mayoría de estos se transmiten por el contacto con las manos, por ello fundamental aprender a tener una buena higiene de manos al visitar a los niños.

Fundamental siempre, conocer la patología del niño para no contribuir a empeorar la salud por el contagio con cualquier microorganismo.

¿CÓMO LA REALIZAMOS?

¡Sencillo!, si nos lavamos con agua y jabón:

- Nos mojamos las manos, y luego depositamos en las palmas el jabón.
- Entrelazamos los dedos, y frotamos las palmas.
- Frotamos cada palma con el dorso de la otra mano, y entrelazamos los dedos.
- Frotamos las puntas de los dedos.
- Alrededor de los pulgares y por ultimo las muñecas.
- Nos enjuagamos las manos con agua y las secamos con papel o toalla de un solo uso.

*si en vez de agua y jabón, usáramos una solución alcohólica, depositaríamos en una de las palmas secas la solución y seguiríamos los mismos pasos pero dejando que la solución se seque sola, si usar toalla.

b. Medidas aislamiento

Podemos encontrarnos en el hospital 3 tipos de Aislamientos, de acuerdo a las precauciones que tenemos que seguir según el mecanismo de transmisión del agente infecciosos:

- Aislamiento Estricto
 - lavado de manos.
 - uso de guantes.
 - uso de mascarilla.
- Aislamiento Respiratorio
 - lavado de manos
 - uso de mascarilla
- Aislamiento de Contacto
 - lavado de manos
 - uso de guantes
 - no tocar ningún objeto del paciente

5. CONFIDENCIALIDAD DEL PACIENTE

Según el Código Deontológico de la Enfermería Española, en el **Capítulo III sobre derechos de los enfermos y de los profesionales de enfermería**, en su artículo 19 consta:

“la enfermera/o guardará en secreto toda la información sobre el paciente que haya llegado a su conocimiento e el ejercicio de su trabajo”.

6. DERECHOS Y DEBERES DEL PACIENTE

Todo paciente que visitemos en el hospital tiene derecho a decidir si quiere recibirnos. Por ello, siempre debemos respetar la decisión.

Es importante tener en cuenta los derechos y deberes que tienen los pacientes. Esto queda recogido en la **Carta de Derechos y Deberes de los Ciudadanos en los Servicios Sanitarios de Aragón**.

Disponible en:

<https://www.saludinforma.es/portalsi/web/salud/bioetica-salud/carta-derechos-deberes>

CLOWNTAGIOSOS

7. CLOWNTAGIOSOS

Para poder seguir desarrollando la terapia de la risa, y poder aplicarla de una forma distinta, aparecen los Payasos de Hospital.

En concreto, Clowntagiosos, una asociación sin ánimo de lucro puesta en marcha en 2008 por un grupo de estudiantes de medicina. Es una asociación de voluntarios, que mediante el teatro, la risa, y el mimo colaboran con el Hospital Materno-Infantil de Zaragoza con el objetivo de minimizar la situación de estrés y ansiedad que supone el ámbito hospitalario para el paciente pediátrico y su familia.

¿Te atreves a ser un clowntagioso?

Es sencillo, cada año realizan un acto de acogida con toda la información sobre el curso previo que realizan, para poder llegar a ser un gran clown, y luego poder visitar a los niños y hacerles su estancia más feliz.

En este enlace tienen toda la información:

<http://clowntagiosos.org/>

También puedes seguilos en Facebook:

<https://www.facebook.com/payasos.dehospital.7?fref=ts>



ANEXO II-I

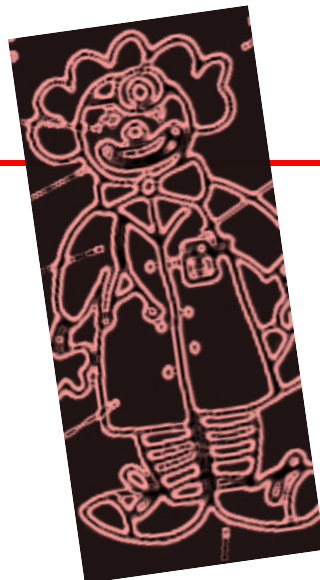
EL JURAMENTO HUMORÍSTICO

" Yo _____ (póngase el nombre que corresponda), me comprometo solemnemente, este sagrado umbral de la vida, en mi laboratorio de la risa, en presencia de mi propio se(junto a los invitados que corresponda) y bajo el testimonio de la sincera mirada que veo en este espejo, a seguir cada día el camino que ilumine mi sonrisa, desde la serena ternura de mi corazón y la claridad de mi mente, como acto voluntario y libre.

Me comprometo a vivir en alegría, a cultivar mi sentido del humor y compartir esta sabiduría, entre risas y sonrisas, con todo ser humano, para la construcción fructífera del bienestar común.

Me comprometo a no reírme de nadie, a no humillar ni ofender con mi risa o mi sentido del humor, siendo plenamente consciente de que me río para: desahogarme, limpiar mi sangre, calmar mis dolores y sufrimientos, aclarar mis ideas, potenciar mi creatividad, sentir fuerza y seguridad, en mi camino y apuesta por la libertad, el amor y la vida

Que así sea"



Extracto sacado de López Benedí J. Reír, para vivir mejor. Barcelona: Ediciones Obelisco; 2004.p151.

ANEXO III

Encuesta de Satisfacción

ENCUESTA DE SATISFACCIÓN DEL PERSONAL SANITARIO Y LOS ESTUDIANTES DE ENFERMERÍA ASISTENTES AL TALLER DE RISOTERAPIA

La siguiente encuesta tiene como finalidad conocer las percepciones y expectativas que tiene acerca de las sesiones de risoterapia recibidas.

Agradecemos su participación en la misma. Su opinión nos será de gran ayuda. Los datos conseguidos serán tratados de forma anónima.

1. Datos Personales.

Señale una única respuesta en cada pregunta mediante una cruz en el recuadro que corresponda:

ENFERMERO
ESTUDIANTE DE 4º

a. Sexo:

VARÓN
MUJER

b. En ámbito sanitario, ha trabajado/realizado practicas en:

ONCOPEDIATRIA
OTRAS

-En el caso de haber escogido otras, indique cual:

2. Responda a cada una de las siguientes preguntas marcando con una cruz la respuesta que considere que refleje su opinión:
1. muy insatisfactorio. 2. Insatisfactorio. 3. Normal.
4. Satisfactorio. 5. Muy satisfactorio.

	Muy -----> Muy Malo Bueno				
	Muy Insatisfactorio	Insatisfactorio	Normal	Satisfactorio	Muy Satisfactorio
He recibido información y conocimientos necesarios, sobre la risoterapia y su aplicación en el ámbito hospitalario.	1	2	3	4	5
Creo que el uso que hacen los payasos de hospital de la risoterapia influye de manera positiva en el paciente pediátrico.	1	2	3	4	5
Me ha sido útil la guía de la risa.	1	2	3	4	5
Me gustaría seguir con la formación, para poder inscribirme en la asociación Clowntagiosos de payaso de hospital en el HMI.	1	2	3	4	5
Grado de satisfacción global con el taller.	1	2	3	4	5

3. Por favor, conteste a estas últimas preguntas:

- a. ¿QUÉ ES LO QUE MÁS VALORA DE LA REALIZACIÓN DE ESTOS TALLERES?

- b. ¿RECOMENDARÍA LA REALIZACION DEL MISMO A SUS COMPAÑEROS?

- c. ¿VE ÚTIL EL USO DE LA TERAPIA DE LA RISA EN LOS PACIENTES, EN ESTE CASO LOS PEDIÁTRICOS? ¿POR QUÉ?

- d. ¡Ayúdenos a mejorar!... ¿HA TENIDO ALGUNA DIFICULTAD CON EL TALLER?¿ ALGO QUE NO LE HAYA GUSTADO?

e. Otras observaciones:

--

ANEXO IV

**Encuesta satisfacción
CLOWNTAGIOSOS**

Edad (años y meses): _____ Fecha: _____
 Número de días ingresado: _____ Servicio: _____

Encuesta para Papás y Mamás

1. ¿Es la primera vez que le visitan los Payasos de Hospital?



Si



No

2. ¿Considera positiva la actividad?



Mucho



Algo



Poco



Nada

3. ¿Le ha gustado la actividad a su hijo?



Mucho



Algo



Poco



Nada

4. ¿Le ha gustado a usted la actividad?



Mucho



Algo



Poco



Nada

5. ¿Ha mejorado el estado de ánimo de su hijo?



Mucho



Algo



Poco



Nada

6. ¿Ha mejorado su estado de ánimo?



Mucho



Algo



Poco



Nada

7. ¿Le gustaría que se repitiera la actividad?



Si



No

8. ¿Conocía antes la asociación Clowntagiosos?



Si



No

Sugerencias: que añadiría, que suprimiría...

ANEXO V

**FOLLETO INFORMATIVO
CLOWNTAGIOSOS**

! QUIÉNES SOMOS

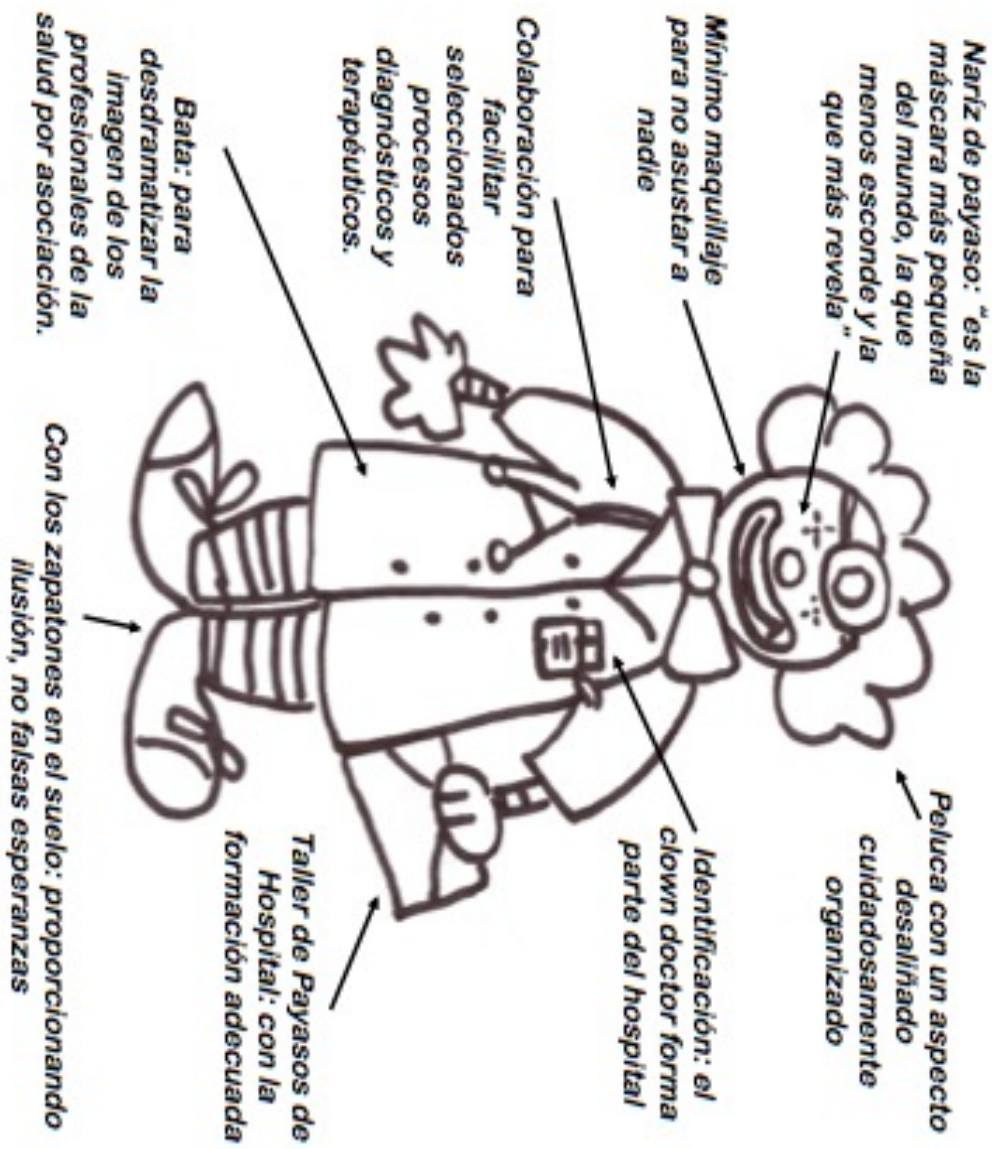
Clowntagiosos es una asociación sin ánimo de lucro fundada por iniciativa de estudiantes de Medicina.

Constituida íntegramente por voluntarios pretende ser un recurso al servicio de los pacientes y los profesionales de la salud.

! POR QUÉ

Creemos en un modelo de medicina donde el trato humano y el progreso científico-tecnológico se dan la mano.

Clowntagiosos quiere ser un paso adelante en la renovada concepción bio-psico-social de la salud y la enfermedad.





¡ QUÉ HACEMOS

Clowntagiosos, en

colaboración con el equipo sanitario, pretende ser una nueva herramienta asistencial mediante:

- Animación del paciente ingresado
- Desdramatización y reducción de la carga negativa asociada al medio sanitario
- Minimización del estrés pre-operatorio
- Facilitación de seleccionadas intervenciones diagnósticas y/o terapéuticas
- Animación de salas de espera
- Colaboración en campañas de prevención y educación sanitaria
- ...

- Este es el anuncio de una asociación.

- Lea detenidamente el contenido del tríptico.

- En caso de duda consulte a su Clowntagioso más cercano.



Contacte con nosotros:

payasosdehospital@hotmail.com

CLOWNTAGIOSOS

